



# Selbstbehauptungs- und Resilienz- TrainerIn



**Olivier Betz**

1. September 2023

Hiermit bestätigen wir, dass die Ausbildung zur Selbstbehauptungs- und ResilienztrainerIn erfolgreich absolviert und durch das Bestehen der Abschlussprüfung erfolgreich beendet wurde. Die Ausbildung befähigt dazu, Kurse und Trainings in Kitas und Schulen durchzuführen. Diese Kurse haben das Ziel, Kinder vor Mobbing zu schützen, Konflikte vorzubeugen und sie stark für die Herausforderungen des Alltags zu machen. Dieses Zertifikat wird nur nach bestandener Abschlussprüfung ausgehändigt.

A stylized, handwritten signature in black ink.

**DANIEL DUDDEK**  
CHEFTRAINER

A handwritten signature in black ink.

**JANA DIBBERN**  
CHEFTRAINERIN



Die Ausbildung "Selbstbehauptungs- und Resilienz-Trainer\*in" wurde bearbeitet und die ausbildungsinterne Prüfung sowie der fachpraktische Leistungsnachweis erfolgreich absolviert. (44 UE Ausbildungsinhalte / 90 UE Vertiefung, Festigung und Prüfungsvorbereitung = 134 UE insgesamt)

**Inhalte der Ausbildung:**

- Arbeit am Bild vom Kind
- Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen verstehen und stärken
- Mobbing tiefgehend verstehen und Systeme darin erkennen
- Methoden, um Mobbing vorzubeugen und einzudämmen
- Eigene Erfahrungen mit dem Thema aufarbeiten
- Wertearbeit für die eigene Trainerpersönlichkeit
- Die besten Übungen für Kurse verstehen, durchführen und verknüpfen
- Kurse didaktisch aufbauen und durchführen lernen
- Organisatorisches rund um Kurse
- Nachhaltigkeit in Kursen erzielen
- Cybermobbing und wie man damit umgehen kann
- Rhetorik- und Kommunikationstraining
- Coaching Methoden u.a. aus dem NLP, welche im Gruppentraining funktionieren, z.B.:
  - Storytelling
  - Future Pace
  - Superheldenintegration
  - Nested Loops
  - Logische Ebenen
- Gruppenführung und Aufbau von Fähigkeiten, um Kindergruppen zu führen, z.B. anhand folgender Methoden:
  - Plenum
  - Partnerarbeit
  - Rollenspiel
  - Suggestopädie
  - Meditation
  - Theater- und Spielpädagogik
- Kursinhalte und Struktur verbessern
- technische Grundlagen, Aufbau und Inhalte von Online- & offenen Kursangeboten
- Umgang mit Feedback und Kritik
- Grundlagen zum Start in die Selbstständigkeit